

GEDRAGSPROBLEMENINDEKLAS.NL

HULP BIJ GEDRAGSPROBLEMEN, ONTWIKKELINGS-, GEDRAGS- EN LEERSTOORNISSEN IN DE KLAS

HOME GEDRAGSPROBLEMEN ADD **ADHD** A.S.S. ODD/CD TOURETTE SYNDROOM HECHTINGSPROBLEMEN DYSLEXIE DCD NLD AGRRESSIE FAALANGST HANDIGE LINKS LITERATUUR GASTENBOEK OVER MIJ

ADHD

Op deze pagina:

Sterke kanten	Algemene ondersteuning	De omgeving
Instructie	De taak	Na de taak
Gym en pauze	Huiswerk	Achtergrond informatie

Kinderen met ADHD vallen je als leerkracht op in de klas. Ze vertonen een aantal gedragingen die kenmerkend zijn voor hun stoornis.

- Ze zijn beweeglijk en kunnen heel moeilijk op hun plaats blijven zitten.
- Als ze op hun plek zitten, wriemelen ze nog met allerlei spullen en zitten te wiebelen.
- Ze zijn vaak drukke praters en roepen voor hun beurt.
- Ze dringen zich vaak op in het spel van andere kinderen (verstoren dat dus).
- Ze missen een deel van je instructie, doordat ze hun aandacht er niet lang bij hebben.
- Ze vermijden of hebben een afkeer van taken die langdurige geestelijke inspanning vereisen.
- Ze hebben moeite met automatiseren, door een kleiner werkgeheugen.
- Ze hebben vaak "ongelukjes".
- Deze kinderen zijn vaak gauw gefrustreerd als iets niet lukt.
- Hun innerlijke motivatie om door te werken aan iets, is kleiner dan bij andere kinderen.
- Kinderen met ADHD zijn vaak op zoek naar sterke prikkels (thrillseeking behaviour).
- Deze kinderen hebben moeite met "tijd." Ze schatten de tijd om iets te doen, vaak te kort.

Heel kort gezegd kun je stellen dat kinderen met ADHD "geen rem" hebben (Barkley 2007).

Dit komt omdat de rijping van de executieve functies, zoals remfunctie, werkgeheugen, diverse aandachtsprocessen en reactie op beloningen, ongeveer 2 tot 5 jaar achterlopen bij een "normale" ontwikkeling.

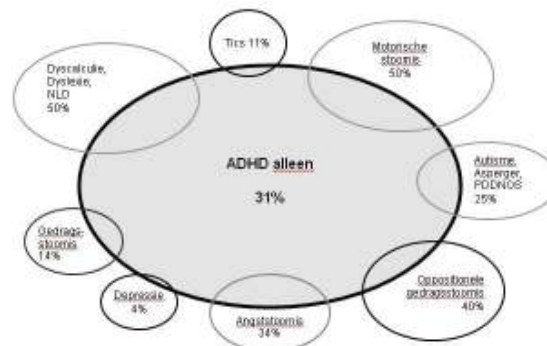
Ook in hun leerprestaties zie je hun ADHD vaak terug: Ze zijn vaak chronische onderpresteerders, dat wil zeggen dat je vaak het idee hebt dat ze beter kunnen werken en leren, maar dat niet doen.

Bij rekenen hebben ze nogal eens moeite met het consequent toepassen van strategieën, het schrijven gaat moeizaam door hun motorische onrust en het technisch lezen wordt soms beïnvloed door verbale en articulatieproblemen.

Als bovenstaande zaken herkenbaar zijn, is nader onderzoek door een gespecialiseerd deskundige misschien raadzaam. Uiteraard moet je dit met de ouders van het kind bespreken. Zij kunnen je bijvoorbeeld vertellen hoe het kind zich thuis gedraagt.

Een gespecialiseerd kinderarts, kinder- of jeugdpsychiater of een orthopedagoog kunnen meer licht op de zaak laten schijnen. Als leerkracht mag je de diagnose niet stellen, sterker nog, eigenlijk mag je hem ook niet suggereren.

Kinderen met ADHD hebben ook vaak DCD (30%) of ODD (rond de 50%), PDD-nos, leerstoornissen als dyslexie, dyscalculie, enz. Deze kinderen lopen dus vaak tegen meer moeilijkheden op dan hun ADHD alleen.

**Sterke kanten:**

Uiteraard hebben kinderen met ADHD ook een scala aan sterke kanten.

- Het zijn vaak hele enthousiaste kinderen.
- Ze zijn vaak dol op sport.
- In bepaalde gevallen kunnen ze zich heel sterk concentreren (hyperfocussen).
- Ze zijn vaak spontaan en open.
- Ze hebben gevoel voor humor.



Voor leerkrachten van groep 3: Volgens Martine Delfos (2007) is deze groep één van de drie momenten waarop blijkt dat een kind ADHD heeft. Dit komt omdat het kind ineens moet voldoen aan een scala van schoolse vaardigheden als stilzitten, opletten, luisteren, gedrag remmen, goed spelen en goede contacten onderhouden met andere kinderen en de leerkracht.

Stel dat de diagnose ADHD gesteld is, hoe ga je dan met deze kinderen om in je klas?

Allereerst moet je het kind en de ouders, als ze er nog weinig van afweten, goed uitleggen wat deze diagnose betekent voor hen. ADHD heb je "for life", dus kind en ouders moeten leren ermee om te gaan. Dat dit moeilijk is, zal duidelijk zijn. Met de nodige aanpassingen in de dagelijkse routine, kunnen ze trouwens ver komen. In je groep zul je ook aanpassingen moeten doen, zowel op organisatorisch als op didactisch gebied. Jij kunt als leerkracht het verschil maken voor deze kinderen.

Algemeen:

- Ga om te beginnen uit van de sterke kanten van deze kinderen, sluit aan bij hun goede eigenschappen.
- Bespreek in je klas wat ADHD eigenlijk is (wel na overleg met het kind en de ouders). Zo ontstaat meer begrip. Een aardige start is dit liedje: [Ik heb ADHD van Kinderen voor kinderen](#).
- De kinderen in je groep kunnen "meehelpen" fouten van het kind met ADHD te helpen voorkomen. Maak bespreekbaar hoe kinderen op allerlei gebieden elkaar kunnen steunen, dus ook op dit gebied.
- Zet in op een goede relatie met deze kinderen; kinderen met ADHD hebben vaak conflicten met andere kinderen. Ruzie met de leerkracht is dus wel het laatste dat ze kunnen gebruiken.
- Bedenk bij het aanspreken dat je soms de aanspreektoon moet hebben voor een kind dat ongeveer drie jaar jonger is. Uiteraard reageert het kind ook naar die leeftijd.
- Zorg voor duidelijkheid over het gewenste gedrag. Benoem het dus ook: "Ik wil graag dat je..."
- Bevorder positief gedrag door positieve specifieke feedback: "Goed van je dat je 5 minuten geconcentreerd aan je taalwerk was. Ik weet hoe lastig je dat vindt."
- Negeer negatief gedrag zoveel mogelijk; uiteraard binnen je eigen grenzen.
- Spreek een stopteken met het kind af, zodat je hem onopvallend kunt herinneren aan een afspraak.
- Houd tijdens de les positief contact met het kind door blikken van verstandhouding, een knipoog, een opgestoken duim enz. Zo heeft het kind je aandacht en weet het meteen dat het goed bezig is.
- Voor kind met ADHD is het lastiger dan voor anderen om in te schatten of een situatie zich leent voor kletsen, overleg of stilte. Duidelijke regels hierover helpen een kind om zich gepast te gedragen. Je kunt hiervoor gebruik maken van een stoplicht (groen = praten mag, oranje = alleen zachtjes overleggen, rood = stil zijn). Voordat je dit systeem gebruikt, moet je natuurlijk wel eerst de regels die bij de kleuren horen, uitleggen. Het stoplicht is trouwens ook een handig hulpmiddel voor andere kinderen.
- Hanteer de gestelde regels consequent en beloon of straf meteen. Bij deze kinderen heeft twee uur later straf maken of een compliment geven geen zin, ze zijn de gebeurtenis al vergeten.
- Geef veel individuele aandacht.
- Maak bij vrije situaties (pauze, uitstapjes) vóór goede afspraken.
- Kondig veranderingen van te voren aan. Bereid het kind voor op een roosterverandering, een uitstapje, enz. Deze kinderen worden heel onrustig van onverwachte gebeurtenissen.
- Leer het kind weg te lopen uit conflictsituaties en naar jou toe te komen, in plaats van meteen in de aanval te gaan.
- Zorg dat het kind kan bewegen; Sta loopjes toe, desnoods een blokje op de gang. Dit werkt echt!
- Het is essentieel om bij kinderen met ADHD veel te herhalen. Ook gemaakte afspraken moet je steeds herhalen.

Hoe lang kan het kind zich concentreren:

Om dat vast te stellen, kun je beginnen met een [tijdsteekproef](#). Daaruit komt naar voren hoeveel procent van de tijd het kind taakgericht bezig is. Vandaar uit kun je dan samen met het kind gaan kijken waar je naar gaat streven. Bijvoorbeeld 5 minuten geconcentreerd werken. Spreek samen af wat misschien haalbaar is. als het kind denkt dat het niet werkt, lukt het niet. Als je samen iets afspreekt en dat blijkt nog niet haalbaar is dat niet erg. Spreek samen een nieuw doel af. Mopper er niet over, ga ervan uit dat iedereen van goede wil is.

De omgeving:

- Hang het dagprogramma zichtbaar op.
- Geef deze kinderen een strategische plek in je klas. Voorin of onder het bord is niet handig, het kind zal zich toch omdraaien. Zorg voor een plek waar oogcontact met jou goed mogelijk is.
- De klassenschikking kun je aanpassen. Recent onderzoek heeft uitgewezen dat zitten in tweetallen die naar het bord gericht zijn, beter werkt dan in groepjes zitten.
- Laat vóór je aan de taak begint alles klaarleggen dat er voor nodig is.
- Zorg dat het kind werkt aan een tafel waar alleen de spullen op liggen die op dat moment nodig zijn. Zo voorkom je eindeloos zoek naar een pen, geblader in een boek dat er nog ligt, enz.
- Zorg dat het kind een werkplek heeft die makkelijk, zonder "ongelukjes" bereikbaar is. Een kind met ADHD een plekje geven waar het bijvoorbeeld voorzichtig achter iemand langs moet, is vragen om problemen.
- Om voor jezelf te checken of de leeromgeving het concentratieprobleem van het kind probeert tegen te gaan of (helaas) juist bevordert, kun je de [vragenlijst omgevingsfactoren concentratie](#) (Bakker-Beens,D. e.a. 1995) gebruiken.

De instructie:

- Oefen het kind om meteen te beginnen. Alles ligt van te voren klaar, dus kan het kind meteen aan de slag. Bespreek ook steeds waarom dit handig is.
- Je kunt het beste werken met het directe instructiemodel bij deze kinderen.
- Zorg eerst dat het kind op "ontvangen" staat. Maak oogcontact, noem zijn naam en begin dán pas.
- Doe de opdracht eventueel expliciet voor en laat het kind daarna met je meedoen, vóór het zelfstandig aan de gang gaat. Als je het kind na de groepsinstructie meteen laat beginnen, is er een grote kans dat het een deel van je uitleg gemist heeft en niet weet wat te doen. Een mooi moment om dan maar te gaan "klieren."
- Houd het kind bij de instructie door veel vragen te stellen.

- Houd je instructie kort. Geef liefst instructie voor één soort probleem en laat het kind daarna terugkomen. Dat heeft ook het voordeel dat je steeds ziet wat het kind doet. Voor het kind is het fijn, want elke keer terugkomen is een "loopje." En van bewegen houden deze kinderen wel.
- Als het kind daarna naar zijn plaats gaat, vraag het dan eerst te vertellen wat het nu moet gaan doen. Vragen of het kind het snapt werkt niet. Het zegt "Ja" om er vanaf te zijn.
- Geef instructie het liefst in de ochtend. Naarmate de dag vordert, kunnen deze kinderen zich minder concentreren.

De taak

- Geef het kind schema's en pictogrammen om het met zijn taken te helpen.
- Gebruik verschillende kleurstickers voor elk vak. Dit kan het kind helpen zijn spullen te vinden.
- Geef korte (deel) taken. Hierdoor moet het kind automatisch regelmatig bij je komen. Het kind heeft een loopje, jij hebt de controle. Zo kun je meteen nog even informeren of alles nog duidelijk is voor het kind.
- Koppel de deeltaken aan tijd. Kinderen met ADHD hebben geen goed tijdsbesef. Hierdoor hebben ze geen flauw idee hoe lang ze over iets (mogen) doen. Werk met een kleurenklok, wekkertje, enz.
- Geef één opdracht tegelijk.
- Vertel het liefst van te voren, hoeveel het kind goed gedaan moet hebben, wil de taak voldoende zijn gemaakt.
- Pas werkbladen aan indien dat nodig is. Zet er alleen de kern op en laat afleidende plaatjes weg.
- Dek een deel van het werk af, zodat het kind alleen het stuk ziet waar het aan bezig is.
- Geef het kind extra tijd.
- Geef zoveel mogelijk afwisselende oefeningen, zodat het elke keer weer nieuw lijkt.
- Hanteer de stop-denk-doe strategie van Meichenbaum.



Ná de taak

- Als het kind een (deel)taak afheeft, moet je proberen zo snel mogelijk feedback te geven. In een klas kan dit nu eenmaal niet altijd meteen, maar doe dit zo snel mogelijk.
- Laat het kind vertellen over de taak: hoe ging het, waar liep het vast, twijfelde het ergens?
- Vertel welk deel van de taak goed is gegaan en laat het kind zelf over de geleverde prestatie oordelen. Je hoeft het niet altijd eens te zijn, geef ook jouw mening. Zo leert het kind evalueren en perspectief nemen.
- Oordeel over het werk, niet over het kind. Dus niet: "Jij doet niks goed, alles is slordig." Maar: "Ik vind dit stukje heel mooi, probeer volgende keer of je een groter stuk net zo netjes kunt maken." Het kind ziet zelf heus wel welk deel slordig is. Door het goede te benoemen zal het eerder geneigd zijn z'n inspanning te vergroten, dan wanneer je het slechte stuk afkraakt.
- Zorg dat het kind iets te doen heeft als het klaar is. Liefst iets waarbij het even kan bewegen.
- Beweeg ook wat vaker tussendoor met de hele groep, dat versterkt het saamhorigheidsgevoel en is voor het kind met ADHD heerlijk.



Gym:

Voor alle kinderen is sport en spel, zowel binnen de structuur van de gymles als in de vrije situatie in de pauzes, belangrijk. Voor kinderen met ADHD geldt dat misschien nog wel meer.

Het is dan ook nooit zinvol om een kind met ADHD de gymles of de pauze te ontzeggen bij wijze van straf of om extra te leren. Zorg wel voor goede afspraken met betrekking tot gym. Alle kinderen worden wat uitgelaten bij het zien van de gymzaal. Vergelijk het maar met jonge honden op een groot leeg strand. Voor kinderen met ADHD geldt dit nog meer. In de gymzaal is de klassenstructuur weg. De omgeving nodigt uit tot roekeloos, onnadenkend wild gedrag.

- Spreek dus voor elke gymles af, wat het kind moet doen als het de gymzaal inkomt.
- Let tijdens de les extra goed op. Doet het kind iets gevaarlijks?
- Let op de interactie met andere kinderen. In het vuur van het spel kunnen de kinderen soms onbeheerst zijn en ruzie veroorzaken.

Pauze:

- Ontneem een kind met ADHD niet zijn pauze. Juist deze kinderen hebben die uitlaatklep nodig.
- Wees je ervan bewust dat de pauze voor deze kinderen een ongestructureerde gebeurtenis is. Breng structuur aan door bijvoorbeeld van te voren af te spreken welk spel het kind gaat doen en met wie. Zo voorkom je ook ongewenste inmenging in het spel van andere kinderen.
- Door hun slechte agressie regulatie komen deze kinderen eerder in conflict met anderen. Let dus goed op in het speelkwartier. Als er toch een ruzie of vechtpartij is, haal het kind dan rustig uit de situatie. Schreeuw niet tegen het kind, dat leidt tot een even opgefokte tegenreactie van het kind. Dat is namelijk al boos of overstuurd en zal niet voor rede vatbaar zijn op dat moment. Zet het even apart (bijvoorbeeld naast jou). Als het kind gekalmeerd is kun je praten over de situatie en kun je samen proberen een andere reactie op conflicten te zoeken. Dit zul je nog vaak moeten doen, maar het is zeker goed mogelijk om het kind te leren weg te lopen als er een conflict dreigt.

- Geef het kind een compliment als het een conflict vermijdt of oplost.

Sociaal emotioneel:

- Kinderen met ADHD hebben vaak moeite om vriendschappen te sluiten en deze te onderhouden. Door hun drukke gedrag worden ze vaak afgewezen. Onderzoek heeft uitgewezen dat 52% in de categorie sociaal verwerpen valt (Hoz. e.a. 2005).
- Kinderen met ADHD hebben moeite hun gedrag aan te passen aan een snel veranderende sociale situatie. Zij lachen nog als anderen ondertussen al de ernst van een bepaalde situatie inzien. Leg uit wat andere kinderen (en volwassenen) verwachten.
- Wees alert op pestgedrag. Zowel van de andere kinderen als van het kind met ADHD.
- Vanaf groep 6 zijn kinderen beter in staat het effect van hun gedrag op anderen te begrijpen. Dit biedt mogelijkheden om met je groep proberen het kind met ADHD voor fouten te behoeden. Het kind zelf zal in groep 6 waarschijnlijk nog niet zo ver zijn.
- Leer het kind omgaan met conflicten. Leg uit wat er is misgegaan en wat ze ook hadden kunnen doen. Je moet dit herhalen. Deze kinderen leren nauwelijks van gebeurtenissen. Dat is jammer, maar ze kunnen er niets aan doen.
- Doordat ze de hele tijd tegen mislukkingen aanlopen, hebben deze kinderen een laag zelfbeeld. Geef dus veel complimenten.
- Het lijkt in tegenspraak met het voorgaande, maar deze kinderen overschatten vaak hun prestaties. Dit doen ze dan ook nog vaak op het gebied waar ze het meest tekort schieten.
- Vraag ze constructief: "Weet je wat je aan doen bent, of net gedaan hebt.... weet je hoe je dat ook anders had kunnen zeggen....Waarom denk je dat andere meisjes boos keek toen je dat zei?"

Huiswerk:

- Kinderen met ADHD vinden het zelf moeilijk om te plannen en structuur aan te brengen, ondersteuning daarbij is onmisbaar. Heen en weer schriftje en / of agenda's zijn belangrijke hulpmiddelen.
- Leer het kind samen met de ouders een agenda bij te houden. School en thuis moeten in de gaten houden of de agenda wel heen en weer gaat.
- Als huiswerk maken thuis niet lukt, omdat het kind ruzie maakt of het gewoon domweg niet doet, kun je voorstellen om een kwartiertje na schooltijd samen met het kind aan het huiswerk te werken. Niet langer, want een ADHD kind wil na school naar buiten! Doe dit dus echt alleen als het niet anders kan.
- Je kunt overwegen om het huiswerk te minimaliseren.

[ADHD uitgebreid uitgeleed](#)

Artikel met heldere achtergrond informatie

[ADHD uitgeleed.](#)

Powerpoint voor leerkrachten

updated 04 04 2011

[omhoog](#)

21487

[Home](#)
[Gedragsproblemen](#)
[ADD](#)
[ADHD](#)
[A.S.S.](#)
[ODD/CD](#)
[Tourette syndroom](#)
[Hechtingsproblemen](#)
[Dyslexie](#)
[DCD](#)
[NLD](#)
[Agressie](#)
[Faalangst](#)
[Handige links](#)
[Literatuur](#)
[Gastenboek](#)
[Over mij](#)

©meesgroep8